ГБОУ НСО "ОЦО"

22.10.2026 (1-4 класс , 1чт)

1-4 классы льгота 2/4 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
60	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-55, Жир-5, Уга-1	8-45
80	тефтели мясные с рисом - "ёжики", соус томатный с овощами	кКал-242, Бел-10, Жир-16, Уга-16	62-64
160	картофель отварной с маслом	кКал-187, Бел-3, Жир-7, Уга-27	11-14
200	чай с сахаром	кКал-14, Уга-13	1-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Уга-12	1-77
	Итого за Завтрак	кКал-557, Бел-15, Жир-28, Уга-59	85-51
	Обед 2 смена		
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Уга-17	12-36
100	рыба припущенная (минтай) в томате с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Уга-8	42-92
150	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Уга-47	6-78
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Уга-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Уга-8	1-77
130	яблоко	кКал-58,Уга-13	15-65
200	чай с лимоном	кКал-26, Бел-2, Уга-6	3-71
	Итого за Обед 2 смена	кКал-790, Бел-25, Жир-31, Уга-100	86-33
	Итого за день	кКал-1 347, Бел-40, Жир-59, Уга-159	171-84

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

ГБОУ НСО "ОЦО"

22.10.2026 (четверг)

5-11 классы льгота 2/4 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
60	салат витаминный 2 вар	кКал-28, Бел-1, Угл-6	11-68
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-41
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	7-71
200	напиток плодово-ягодный	кКал-26, Бел-2, Угл-6	9-83
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
	Итого за Обед	кКал-735, Бел-16, Жир-28, Угл-104	88-90
	Обед 2 смена		
60	салат витаминный 2 вар	кКал-28, Бел-1, Угл-6	12-37
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-92
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	8-13
200	напиток плодово-ягодный	кКал-26, Бел-2, Угл-6	9-83
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
	Итого за Обед 2 смена	кКал-735, Бел-16, Жир-28, Угл-104	90-52
	Итого за день	кКал-1 470, Бел-32, Жир-56, Угл-208	179-42

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Салельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

ГБОУ НСО "ОЦО"

22.10.2026 (четверг)

5-11 кл.дети мобилизованных 2/4 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
60	салат витаминный 2 вар	кКал-28, Бел-1, Угл-6	12-37
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-92
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	8-13
200	напиток плодово-ягодный	кКал-26, Бел-2, Угл-6	9-83
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
	Итого за Обед	кКал-735, Бел-16, Жир-28, Угл-104	90-52
	Обед 2 смена		
60	салат витаминный 2 вар	кКал-28, Бел-1, Угл-6	12-37
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-92
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	8-13
200	напиток плодово-ягодный	кКал-26, Бел-2, Угл-6	9-83
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
	Итого за Обед 2 смена	кКал-735, Бел-16, Жир-28, Угл-104	90-52
	Итого за день	кКал-1 470, Бел-32, Жир-56, Угл-208	181-04

Директор _____ Бондаренко Ю.А

Заведующая столовой _____ Салельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

22.10.2026 (четверг)

Питание ОВЗ 2/4 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
60	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-55, Жир-5, Угл-1	8-14
80	тефтели мясные с рисом -"ёжики"	кКал-241, Бел-12, Жир-16, Угл-13	51-51
160	картофель отварной с маслом	кКал-187, Бел-3, Жир-7, Угл-27	11-14
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
140	мандарины	кКал-53, Бел-1, Угл-11	32-34
	Итого за Завтрак	кКал-609, Бел-18, Жир-28, Угл-67	107-78
	Обед		
100	салат витаминный 2 вар	кКал-46, Бел-2, Угл-10	21-98
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-92
160	рис отварной	кКал-220, Бел-4, Жир-4, Угл-42	7-23
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
140	яблоко	кКал-66, Бел-1, Жир-1, Угл-14	19-15
	Итого за Обед	кКал-780, Бел-15, Жир-29, Угл-114	110-06
	Обед 2 смена		
100	салат витаминный 2 вар	кКал-46, Бел-2, Угл-10	21-98
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-92
200	рис отварной	кКал-274, Бел-5, Жир-5, Угл-53	9-04
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
	Итого за Обед 2 смена	кКал-768, Бел-15, Жир-29, Угл-111	92-31
	Полдник		
160	мандарины	кКал-61, Бел-1, Угл-12	36-96
100	рулет с корицей		28-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
280	йогурт фруктовый	кКал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	59-20
	Итого за Полдник	кКал-142, Бел-5, Жир-3, Угл-21	125-67
	Итого за день	кКал-2 299, Бел-53, Жир-89, Угл-313	435-82

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

22.10.2026 (1-4 класс , 1чт)

Питание ОВЗ 2/4 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
60	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-55, Жир-5, Угл-1	8-14
80	тефтели мясные с рисом -"ёжики"	кКал-241, Бел-12, Жир-16, Угл-13	51-51
160	картофель отварной с маслом	кКал-187, Бел-3, Жир-7, Угл-27	11-14
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
	Итого за Завтрак	кКал-556, Бел-17, Жир-28, Угл-56	75-44
	Обед		
100	салат витаминный 2 вар	кКал-46, Бел-2, Угл-10	21-98
200	борщ с капустой и картофелем	кКал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	12-36
90	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	кКал-179, Бел-1, Жир-16, Угл-8	42-92
160	рис отварной	кКал-220, Бел-4, Жир-4, Угл-42	7-23
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
140	яблоко	кКал-66, Бел-1, Жир-1, Угл-14	19-15
	Итого за Обед	кКал-721, Бел-13, Жир-29, Угл-102	106-92
	Итого за день	кКал-1 277, Бел-30, Жир-57, Угл-158	182-36

Директор _____ Бондаренко Ю.А. Заведующая столовой _____ Салельникова И.В. Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

22.10.2026 (ФКУ, 1чт)

Питание ФКУ 2/4 (ФКУ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Уг-4	14-45
200	суп картофельный	кКал-107, Бел-2, Жир-4, Уг-16	15-23
180	гречка отварная ФКУ	кКал-204, Бел-2, Жир-1, Уг-46	35-14
30	хлеб ФКУ		31-85
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Уг-3	3-61
180	мандарины	кКал-68, Бел-1, Уг-14	41-58
	Итого за Обед	кКал-506, Бел-6, Жир-15, Уг-83	141-86
	Полдник		
30	печенье безглютеновое		45-99
200	чай с сахаром	кКал-14, Уг-3	1-49
160	яблоко	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Уг-16	21-44
	Итого за Полдник	кКал-89, Бел-1, Жир-1, Уг-19	68-92
	Итого за день	кКал-595, Бел-7, Жир-16, Уг-102	210-78

Директор Бондаренко Ю.А. Заведующая столовой Сапельникова И.В. Диет. сестра Пешева Л.Л.

ГБОУ НСО "ОЦО"

22.10.2026 (четверг)

1-11 классы 2/4 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
80	тефтели мясные с рисом -"ёжики"	ккал-241, Бел-12, Жир-16, Угл-13	63-00
180	макароны отварные	ккал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	12-00
30	соус томатный с овощами	ккал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	2-00
200	чай с сахаром	ккал-14, Угл-3	2-00
	Итого за Завтрак	ккал-364, Бел-18, Жир-32, Угл-52	79-00
	Обед		
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	ккал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	24-00
100	салат из помидоров с растительным маслом	ккал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	16-00
80/5	сельдь с луком	ккал-142, Жир-15, Угл-1	41-00
60	икра кабачковая	ккал-14, Бел-1, Угл-2	20-00
150	салат из моркови по-корейски		28-00
200	борщ с капустой и картофелем	ккал-157, Бел-4, Жир-8, Угл-17	13-00
80	рыба припущенная (минтай) в соусе с овощами	ккал-159, Бел-1, Жир-14, Угл-7	45-00
200	вареники с картофелем (полуфабрикат)	ккал-515, Бел-37, Жир-40	46-00
100	курица запеченная в кисло-сладком соусе	ккал-107, Бел-11, Жир-1, Угл-13	90-00
160	рис отварной	ккал-220, Бел-4, Жир-4, Угл-42	9-00
160	пельмени отварные (куриные)	ккал-396, Бел-14, Жир-21, Угл-38	74-00
180	картофельное пюре	ккал-234, Бел-5, Жир-10, Угл-31	18-00
20	сметана		9-00
200	компот из ягод замороженных	ккал-98, Угл-23	14-00
200	чай с сахаром	ккал-14, Угл-3	2-00
30	хлеб ржаной украинский	ккал-59, Бел-2, Угл-12	3-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
	Итого за Обед	ккал-2 379, Бел-83, Жир-132, Угл-207	456-00

Обед 2 смена

100	*салат из свежих огурцов с луком*	кКал-16, Бел-1, Угл-3	*16-00*
100	*салат из квашеной капусты с луком*	кКал-32, Бел-2, Угл-5	*25-00*
120	*салат из жареных баклажанов с помидорами*		*44-00*
200	*суп сливочный*	кКал-96, Бел-2, Жир-4, Угл-14	*33-00*
100	*отбивная из свинины*		*86-00*
100	*шницель из куриного филе*	кКал-163, Бел-19, Жир-4, Угл-13	*81-00*
160	*каша гречневая рассыпчатая*	кКал-254, Бел-9, Жир-6, Угл-42	*6-00*
200/10	*чай с лимоном*	кКал-14, Угл-3	*5-00*
20	*хлеб пшеничный (нарезка)*	кКал-59, Бел-2, Угл-12	*4-00*
280	*йогурт фруктовый*	кКал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	*71-00*
400	*снежок 2,5% 400 гр*		*63-00*
	Итого за Обед 2 смена	кКал-701, Бел-39, Жир-17, Угл-98	*434-00*
	Итого за день	кКал-3 644, Бел-140, Жир-181, Угл-357	*969-00*

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Салельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.